

بررسی میزان فراوانی استرس شغلی در رانندگان شهر تهران^۱

زهره حاجی امینی،^۲ ضرغام چراغعلی پور،^۳ دکتر عباس عبادی،^۴ دکتر اسفندیار آزاد،^۵
سید داوود تدریسی^۶ و دکتر هرمز سنایی نسب^۷

تاریخ دریافت: ۸۸/۱۱/۲۵
تاریخ پذیرش: ۸۹/۳/۱۰

چکیده

زمینه و هدف: استرس شغلی تجربه جهانی در حال گسترش می‌باشد که به‌عنوان یک عامل مهم خطر ساز در بیماری‌های جسمی و روانی مطرح بوده و باعث کاهش در عملکرد کاری و رضایت شغلی می‌شود. در همین راستا، این مطالعه با هدف اصلی بررسی میزان فراوانی استرس شغلی در رانندگان شهر تهران انجام شده است. **روش:** در یک مطالعه توصیفی- مقطعی، تعداد ۲۰۲ نفر از رانندگان سرویس‌دهی عمومی شهرداری و مراکز نظامی شهر تهران با میانگین سنی $۸/۷۰ \pm ۴۱/۶۶$ سال، میزان استرس شغلی آنها با استفاده از فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی و پرسشنامه استرس شغلی اسپوو بخش و قرار گرفت.

یافته‌ها: مطالعه نشان داد که اکثریت افراد مورد مطالعه یعنی ۹۷٪ افراد متأهل، ۹۵٪ تحصیلات بالای سیکل و ۶۶/۳٪ فاقد منزل مسکونی شخصی بودند و فقط ۳/۵٪ از درآمد ماهیانه و ۱۳/۵٪ از شغل خود رضایت کامل داشتند. ۲۱/۳٪ افراد سیگاری و ۱۶٪ از مشکل جسمی شکایت داشتند. از نظر میزان استرس شغلی نیز در حیطه بارکاری نقش فاقد استرس شدید، بی‌کفایتی نقش ۲۰/۸٪، دوگانگی نقش ۶/۵٪، محدوده نقش ۱۰/۷٪، مسئولیت ۵٪ و محیط فیزیکی ۱۸/۸٪ دارای استرس شدید بودند.

نتیجه‌گیری: از آنجایی که استرس شغلی در رانندگان زمینه‌ساز بروز مشکلات و عوارض جسمی، روانی و رفتاری گشته و عملکرد سازمانی را کاهش می‌دهد، به‌علاوه باعث بروز حوادث و تصادفات گشته و معلولیت و مرگ انسان‌ها را به‌دنبال خواهد داشت، لازم است ضمن بررسی جامع‌تر میزان این استرس در رانندگان، تدابیر لازم جهت کاهش پیامدهای آن اندیشیده شود.

کلیدواژه:

استرس شغلی Occupational stress، استرس رانندگان Drivers' stress، مدیریت استرس Stress management، پرسشنامه استرس شغلی اسپوو Osipow job stress questionnaire، فراوانی استرس Stress frequency، تهران Tehran، رانندگان شهرداری Municipal drivers، رانندگان نظامی Military drivers.

□ **استناد:** حاجی امینی، زهره، چراغعلی پور، ضرغام، عبادی، عباس، آزاد، اسفندیار، تدریسی، سید داوود و سنایی نسب، هرمز (۱۳۸۹، بهار). بررسی میزان فراوانی استرس شغلی در رانندگان شهر تهران. *فصلنامه مطالعات مدیریت انتظامی، سال پنجم، شماره ۱/۱، ۱۱۸-۱۳۰.*

- این مقاله مستخرج از پایان نامه دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری می‌باشد.
- کارشناس ارشد مامایی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، دانشکده پرستاری و مرکز تحقیقات علوم رفتاری (نویسنده مسئول) z_hajiamini@hotmail.com
- دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری نظامی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله، دانشکده پرستاری
- دکترای پرستاری و استادیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله، دانشکده پرستاری
- دکترای روانشناسی و استادیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله، مرکز علوم رفتاری
- کارشناس ارشد پرستاری و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله، دانشکده پرستاری
- دکترای آموزش بهداشت و استادیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله، دانشکده بهداشت

مقدمه

یکی از معضلات اساسی که طی چند دهه اخیر و با روی آوردن تدریجی جوامع به سمت زندگی مدرن گریبان گیر جوامع بشری شده است، پدیده استرس می باشد. با صنعتی شدن جهان این پدیده اهمیت ویژه ای یافته و به طور گسترده و فزاینده ای، شاغلین را تحت تأثیر قرار می دهد (تانجری، ۲۰۰۳).^۱ استرس شغلی تجربه جهانی در حال گسترش می باشد، به عنوان یک عامل مهم خطرساز در بیماری های جسمی و روانی، باعث کاهش عملکرد کاری و رضایت شغلی می شود (لوین، پاولیسیدین، مک براید، زو و تری مایرتیس، ۲۰۰۹)^۲ استرس شغلی زمانی رخ می دهد که بین نیازهای شغلی، با توانایی ها، قابلیت ها و خواسته های فرد هماهنگی نباشد (سی وارد، ۲۰۰۴).^۳

امروزه مشخص شده است که پیشرفت روش های فنی، فرایندها و تجهیزات به تنهایی در کاهش صدمات و حوادث موثر نبوده، و فاکتورهای انسانی از جمله خصوصیات روانی، نقش قابل ملاحظه ای در این زمینه برعهده دارند (کنچا- بارینتوز، نلسون، فنگرهات، درسکول و لای، ۲۰۰۵).^۴ استرس شغلی می تواند زمینه ساز رویدادها و حوادث شغلی و در نتیجه ایجاد صدمات و جراحات به افراد و خسارات به تجهیزات در محیط کار شود (کوردیرو و دیاش، ۲۰۰۵).^۵ مطالعات انجام شده بر روی رفتارهای ناایمن نشان داده است که عوامل استرس زای شغلی از طریق کاهش تمرکز، حواس پرتی، اختلال در حافظه، تردید در انجام کارها و کاهش قدرت تصمیم گیری، سهم به سزایی در بروز اعمال ناایمن از سوی شاغلین دارد (گولدنهار، ۲۰۰۳).^۶

در جامعه امروزی رانندگی امری مهم، برای کار، زندگی اجتماعی، تفریح، فعالیت های آموزشی، اقتصادی، خلاقیتی و دیگر جنبه ها می باشد. اما تصادفات وسایل موتوری یکی از عوامل بزرگ آسیب ها، معلولیت ها و مرگ محسوب می شود. نیاز به رانندگی باعث افزایش تعداد تصادفات جاده ای و شهری به صورت مکرر و با میزان مرگ و میر بالا شده است و به عنوان یک مشکل در زمینه سلامت عمومی بیان می شود (بنر، هیگنی و

1. Tangri, 2003

2. Levine, Pavlidis, MacBride, Zhu, & Tsiamyrtzis, 2009

3. Seward, 2004

4. Concha-Barrientos, Nelson, Fingerhut, Driscoll, & Ligh, 2005

5. Cordeiro & Dias, 2005

6. Goldenhar, 2003

کراندال، ۲۰۰۴).^۱ رانندگی جزو مشاغل بدون تحرک طبقه‌بندی می‌شود. این شغل به واسطه نیاز به تمرکز و دقت زیاد، مسئولیت جان مسافران، شرایط جوی و جاده‌ای، جزو مشاغل پر استرس قرار می‌گیرد. خستگی و خواب‌آلودگی راننده از مسایلی است که تبعات جدی ایمنی را در پی دارد. علاوه بر موارد فوق طی مطالعات انجام شده، فاکتورهایی که سلامتی راننده را تحت تأثیر قرار می‌دهند شناسایی شده‌اند که عبارت‌اند از مصرف الکل و سوءمصرف مواد، میزان شیوع پرفشاری خون و عادات غذایی نادرست که همه این موارد جزء فاکتورهای تأثیرگذار در سلامتی رانندگان به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم از عوامل خطرناک ایجاد بیماری‌های عروق کرونری قلب هستند (پفلانز و اوپل، ۲۰۰۰).^۲

رانندگی اتوبوس به‌عنوان یک شغل استرس‌زا که استرس‌های فیزیکی و فیزیولوژیکی زیادی بر فرد وارد می‌کند، شناخته می‌شود. به‌عنوان مثال می‌توان به صدا و ارتعاشات، نوسانات دما همراه با باز و بسته شدن درها و نیز مشکلات ارگونومیکی اشاره کرد (شریفیان، ۱۳۸۸). این شغل یکی از شغل‌های پرخطر است که با مشکلات جسمی و روانی مختلفی همراه است. به‌عنوان مثال قرار گرفتن در معرض لرزنده‌های کل بدن استرسی را به فرد وارد می‌کند که ممکن است باعث صدمه‌دیدن به مهره‌های پشتی شده و زمینه بروز کمردرد را فراهم آورد (تمرین، یوکویاما، جلال‌الدین، عبدالعزیز، جموئین، نورالدین، ... ، عبدالله و همکاران، ۲۰۰۷).^۳

همچنین مطالعاتی که در طی ۵۰ سال، توسط پژوهشگران بر روی رانندگان اتوبوس شهری انجام شد، نشان داد که انواع استرس‌های شغلی این حرفه زمینه بروز مشکلات و عوارض جسمی، روانی و رفتاری را بر روی افراد فراهم آورده و موجب کاهش و نیز اختلال در عملکرد سازمانی می‌گردد. به‌عنوان مثال مشکلات جسمانی به‌وجود آمده، مانند بیماری‌های قلبی عروقی به علت چاقی، فشار خون بالا، افزایش کلسترول و تری‌گلیسرید، بیماری‌های معده و روده مثل زخم معده ناشی از بی‌نظمی در غذا خوردن، مشکلات اسکلتی و عضلانی مانند دردهای گردن، شانه، کمر و زانو، مشکلات ریوی و پیشرفت سرطان‌های حنجره، دهان، حلق، ریه و مثانه ناشی از قرارگرفتن در معرض گازهای خروجی اگزوز وسایل نقلیه را می‌توان نام برد. احساس خستگی به علت کمبود مصرف غذا

1. Bener, Haigney, & Crundal, 2004

2. Pflanz & Oyle, 2000

3. Tamrin, Yokoyama, Jalaludin, Abdul-Aziz, Gemoin, Noradin, ... , & Abdullah, 2007

و محرومیت از خواب که می‌تواند در طول رانندگی خواب چندلحظه‌ای را به همراه داشته و سبب حوادث خطرناکی گردد. در زمینه مشکلات روانی می‌توان به افسردگی، بدبینی و پارانوئید، اضطراب و اختلال استرس پس از آسیب اشاره نمود. در مورد مشکلات رفتاری می‌توان به مصرف سوءموادمخدر، الکل، تنباکو و داروها اشاره نمود. از عوارض سازمانی می‌توان غیبت و جابه‌جایی کارمندان، همچنین تصادفات و حوادث رانندگی را مثال زد (تس، فلن و میرن، ۲۰۰۶).^۱

در مطالعات انجام‌شده بر روی عوامل انسانی ایجادکننده حوادث رانندگی، عوامل مختلفی مانند سبک زندگی، عوامل شخصیتی، سرعت بالا، مصرف سوء الکل، تجربه‌جویی، هیجان‌طلبی، تنوع‌طلبی، رفتارهای ضداجتماعی، خستگی و خواب‌آلودگی، استفاده از مواد مخدر، عدم فعالیت فیزیکی، استفاده از تلفن همراه، استرس، عصبانیت، پرخاشگری و اضطراب را ذکر نموده‌اند (پاپاداکاکی، رونتو، تساملوک، دارویری، و کلایوتاکیس، ۲۰۰۸؛ میسکن، لاژیونن و ساماندا، ۲۰۰۲؛ کونستانت، سایی، لافونت، شیرون و لاگارد، ۲۰۰۴).^۲ سوانح و حوادث رانندگی نخستین علت مرگ و میر در بهترین دوره زندگی از نظر کارایی، بازدهی و تندرستی است. به‌علاوه هزینه‌های مالی بسیار زیادی را بر تمام کشورها تحمیل می‌کند (وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، ۱۳۸۳).

ایران دارای یکی از بالاترین نرخ‌های مرگ و میر ناشی از تصادفات رانندگی جاده‌ای در جهان است. ناتوانی در تنظیم سال زندگی به خاطر تصادفات جاده‌ای در ایران بیش از یک میلیون و سیصد هزار سال، بیش از آن است که برای هر بیماری دیگر مانند بیماری‌های قلبی و عروقی و یا سرطان در نظر گرفته شود همچنین در تهران روزانه حدود چهار میلیون نفر توسط اتوبوس‌های شهری جابه‌جا می‌شوند و حدود هشت هزار راننده به‌طور متناوب در معرض آلودگی صوتی این نوع از وسایل نقلیه قرار دارند (شرکت اتوبوسرانی تهران و حومه، ۱۳۸۸).

در تحقیقی که جهت بررسی استرس رانندگان کامیون بر روی ۳۱۷ نفر انجام گرفت، نشان‌دهنده افزایش اختلال روانی در وقایع پرتنش نسبت به افرادی است که در مشاغل معمولی کار می‌کردند و بالا بودن نقش بار کاری به‌عنوان یکی از ارکان استرس شغلی در

1. Tse, Flin, & Mearn, 2006

2. Papadakaki, Ronto, Tzamalouk, Darviri, & Chlioutakis, 2008; Mesken, Lajunen, & Summanla, 2002; Constant, Saimi, Lafont, Chiron, & Lagarde, 2004

ارتباط با علایم اختلالات روانی مطرح بوده است. و استرس شغلی به عنوان یکی از خطرات برای بهداشت روانی در این گروه از رانندگان معرفی شده است (اوریس، هارتمن، استراس، آندرسن، کولینز، ناپ، ...، ملیوس، ۱۹۹۷).^۱

مطالعه انجام شده در ایران برای بررسی ارتباط استرس شغلی و حوادث کار بر روی کارگران یک شرکت خودروسازی، حاکی از آن است که ۸۸٪ از جامعه مذکور دچار استرس شغلی بالا می باشند. ضمن آن که ارتباط معناداری بین میزان استرس و سابقه حوادث در افراد و نمره میانگین استرس با شاخص های تحلیلی محاسبه شده حوادث در گروه های شغلی تحت مطالعه وجود داشته است (محمدفام، بهرامی، گل محمدی، فاطمی و محبوب، ۱۳۸۸). همچنین در مطالعه انجام شده بر روی ۱۱۰ نفر از پرسنل پرستاری و مامایی شهر گناباد در زمینه عوامل تنش زای حرفه ای بیشترین عامل را عوامل اقتصادی و بعد از آن عوامل جسمی - روانی گزارش نموده اند (عسگری و عباس نژاد، ۱۳۸۵).

در مطالعه دیگری جهت اندازه گیری میزان سطح استرس مرتبط با حرفه رانندگی در شهر فیس مراکش بر روی ۳۳۸ راننده تاکسی انجام شده، ۴۶/۳٪ از رانندگان را دارای استرس گزارش نموده است. بی حوصلگی و مشکلات فشار خون به طور مشخص شاخصه های این استرس بوده اند که در این جمعیت شناسایی شده و از جانب محققین توصیه شده است که با اقدامات پیشگیری کننده، به منظور کاهش یا از بین بردن منابع استرس زا در محل کار و نیز کاهش تعداد تصادفات مربوط به آن را گسترش دهند (براهو، نجاری، ال رازی، ال فخری، تزیرو و همکاران، ۲۰۰۶).^۲

در همین ارتباط نیز مطالعه ای بر روی ۳۰۰ راننده کامیون برزیلی با استفاده از پرسشنامه سنجش افسردگی انجام شده است و نتایج گزارش شده حاکی از آن است که ۱۳/۶٪ افراد مورد مطالعه، افسردگی داشته اند و این افسردگی با افزایش سن بالاتر از ۴۵ سال و سطح تحصیلات پایین ارتباط مستقیم داشته است (داسیلوا - جینیور، دی فینهو، دملو، دبراین و دبراین، ۲۰۰۹).^۳

با توجه به پیامدهای استرس شغلی در رانندگان وسایل نقلیه که زمینه بروز انواع مشکلات جسمی، روانی و رفتاری را در این افراد فراهم می نماید و همچنین حوادث

1. Orris, Hartman, Strauss, Anderson, Collins, Knopp, ... & melluis, 1997

2. Berraho, Nejari, Elrhazi, Elfakri, Tessier, & et al, 2006

3. Da Silva-Junior, De Pinho, De Mello, De Bruin, & De Bruin, 2009

ترافیکی که ممکن است، مرگ و میر و معلولیت اشخاص را به دنبال داشته و هزینه سنگینی را بر خانواده‌ها و اجتماع تحمیل کند، پژوهشگران این مطالعه را بر آن داشت تا با هدف بررسی میزان فراوانی استرس شغلی در حیطه‌های مختلف این قشر از جامعه، و تأکید به اهمیت آن، زمینه‌ساز انجام مطالعات دیگر در راستای ایجاد تدابیر لازم به‌منظور کاهش استرس شغلی در رانندگان و پیامدهای آن مانند حوادث باشند.

روش

این پژوهش به صورت توصیفی-مقطعی بر روی ۲۰۲ نفر از رانندگان شاغل در مراکز شهرداری‌های مناطق ۵، ۲۱، ۲۲ و رانندگان شاغل در مراکز نظامی و پادگانی غرب تهران انجام گردید. نمونه‌گیری در این مطالعه به‌صورت سرشماری انجام شد و کلیه رانندگان واجد شرایط شاغل در ترابری و مسئول سرویس‌دهی و حمل و نقل کارکنان در مرکز آمد و پشتیبانی واحدهای نظامی غرب تهران و همچنین شهرداری‌های مناطق ۵، ۲۱ و ۲۲ واقع در غرب تهران مورد بررسی قرار گرفتند. تعداد افراد جامعه با توجه به تعداد رانندگان نظامی در مراکز مشخص شده که حایز معیارهای ورود به طرح باشند ۱۳۰ نفر برآورد گردید که از این تعداد ۱۱۴ نفر حاضر به همکاری شدند و پرسشنامه‌های مطالعه جهت تکمیل به آنها داده شد و پس از جمع‌آوری آنها تعداد ۸ نفر نیز به دلیل عدم پاسخ‌دهی کامل به سوالات ریزش داشتند و در نهایت ۱۰۶ پرسشنامه از رانندگان نظامی کامل بود. در مورد رانندگان غیرنظامی نیز از بین ۱۵۰ راننده واجد شرایط شهرداری‌های مناطق ۵، ۲۱ و ۲۲ تعداد ۱۱۶ نفر پرسشنامه‌های مطالعه را تکمیل نمودند و در بین این پرسشنامه‌ها نیز ۹۶ نفر به‌طور کامل به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند و ۲۰ نفر ریزش داشتیم از این‌رو تعداد ۱۰۶ راننده نظامی و ۹۶ راننده غیرنظامی و در مجموع ۲۰۲ راننده پرسشنامه را تکمیل و اطلاعات آنان مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

در این مطالعه جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه مشخصات جمعیت‌شناختی و پرسشنامه استاندارد سنجش استرس شغلی اسپو استفاده شد؛ این پرسشنامه برای اولین بار توسط اسپو و همکاران در سال ۱۹۸۷ جهت اندازه‌گیری استرس شغلی به‌کار گرفته شده است که استرس فرد را در شش بُعد بارکاری نقش، بی‌کفایتی نقش، دوگانگی نقش، محدوده نقش، مسئولیت و محیط فیزیکی مورد ارزیابی قرار می‌دهد. بُعد بارکاری نقش وضعیت شخص را نسبت به تقاضاهای محیط کار مورد بررسی قرار می‌دهد. بُعد بی‌کفایتی

نقش تناسب میزان مهارت، تحصیلات و ویژگی‌های آموزشی و تجربی فرد را با نیازهای محیط کار ارزیابی می‌نمود. بعد دوگانگی نقش آگاهی فرد از اولویت‌ها، چشم‌داشت‌های محیط کار و معیارهای ارزشیابی را ارزیابی می‌کند. بعد محدوده نقش، تضادهایی را که فرد از نظر وجدان کاری و نقشی که از او در محیط کار انتظار می‌رود مورد ارزیابی قرار داده و بعد مسئولیت احساس مسئولیت فرد را از نظر کارایی و رفاه دیگران در محیط کار می‌سنجد و بعد محیط فیزیکی، شرایط نامساعد فیزیکی محیط کار که فرد در معرض آن قرار دارد را بررسی می‌کند. ابعاد شش‌گانه یادشده هر کدام توسط ۱۰ سوال مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. گزینه‌ها از ۵ قسمت به ترتیب از راست به چپ شامل هیچ وقت، کم، گاهی اوقات، زیاد و خیلی زیاد بوده و به ترتیب از یک تا ۵ امتیازدهی می‌شد. شایان ذکر است که تعدادی از سوالات به صورت منفی بوده و امتیازدهی آنها از ۵ به یک می‌باشند (آزاد، ۱۳۸۸).

روایی و پایایی ابزار استفاده شده به کرات توسط پژوهشگران مختلف در ایران و خارج از کشور مورد تاکید قرار گرفته است (پرومیسن و مانگو، ۲۰۰۰؛^۱ لیونگ، ۲۰۰۱؛^۲ لیبوویچ، دی‌فیگارو، گارانو و اشمیت، ۲۰۰۶؛^۳ عبدی و شهبازی، ۱۳۸۰؛ قاسم‌زاده کاکرودی، ۱۳۸۱؛ ثقفی، ۱۳۸۰؛ و خاقانی‌زاده، عبادی، سیرتی و رحمانی، ۱۳۸۶).

در نهایت پس از جمع آوری داده‌ها و با استفاده از نرم‌افزار SPSS و به‌کارگیری آماره‌های توصیفی (فراوانی مطلق و نسبی) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

نتایج این مطالعه در خصوص مشخصات جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین سنی افراد $41/66 \pm 8/70$ سال، ۹۷٪ متاهل، سطح تحصیلات ۵۳٪ افراد دیپلم یا بالاتر بودند. میزان رضایت‌مندی افراد از درآمد ماهیانه در حد پایین و متوسط بود و فقط ۳/۵٪ رضایت بالایی از آن داشتند. همچنین ۸۶/۶٪ از شغل رانندگی رضایت کم یا در حد متوسط داشتند، میزان ۲۱/۳٪ افراد سیگاری و بیش از ۱۶٪ افراد از مشکلات جسمی شاکی بودند. از نظر محل سکونت فقط ۳۳/۷٪ منزل مسکونی شخصی داشتند و ۴۸/۵٪ اجاره‌نشین بودند و بقیه در منازل سازمانی یا پدري سکونت داشتند (جدول ۱).

1. Promecene, & Monga, 2003

2. Leong, 2001

3. Leibovich, De Figuero, Garano, & Schmidt, 2006

جدول ۱. فراوانی مطلق و نسبی مشخصات جمعیت‌شناختی رانندگان مورد مطالعه

متغیر	فراوانی	درصد
تاهل	متاهل	۱۹۷ / ۹۷٪
	مجرد	۴ / ۲٪
	جدا شده	۱ / ۰٪
تحصیلات	سیکل	۹۵ / ۴۷٪
	دیپلم	۹۸ / ۴۸٪
	دانشگاهی	۹ / ۴٪
میزان رضایت از درآمد ماهیانه	کم	۱۰۱ / ۵۰٪
	متوسط	۹۴ / ۴۵٪
	زیاد	۷ / ۳٪
مصرف سیگار	دارد	۴۳ / ۲۱٪
	ندارد	۱۴۸ / ۷۳٪
	ترک کرده است	۱۱ / ۵٪
مشکل جسمی	دارد	۳۳ / ۱۶٪
	ندارد	۱۶۹ / ۸۴٪
منزل مسکونی	شخصی	۶۸ / ۳۳٪
	استیجاری	۹۸ / ۸۴٪
	سازمانی	۱۶ / ۷٪
میزان رضایت از شغل	کم	۲۰ / ۹٪
	متوسط	۵۸ / ۲۸٪
	زیاد	۱۱۷ / ۵۷٪
شغل دوم	دارد	۲۷ / ۱۳٪
	ندارد	۲۵ / ۱۴٪
		۱۷۷ / ۸۷٪

یافته‌های به‌دست آمده در زمینه میزان استرس شغلی رانندگان مورد مطالعه نشان داد که در حیطه بارکاری نقش، فقط ۲٪ از جمعیت رانندگان مورد مطالعه استرس متوسط داشتند و هیچ استرس شدیدی در آنها مشاهده نشد. در حیطه بی‌کفایتی نقش، ۳۲/۵٪ رانندگان استرس متوسط و ۲۰/۸٪ استرس شدید را نشان دادند؛ در حیطه دوگانگی نقش،

۲۷/۵٪ رانندگان مورد مطالعه با استرس متوسط و ۶/۵٪ با استرس شدید مواجه بودند. در حیطه محدوده نقش، ۳۲/۵٪ افراد استرس متوسط و ۱۰/۷٪ استرس شدیدی داشتند و در بعد مسئولیت، رانندگان مورد بررسی ۵۹/۹٪ استرس متوسط و ۵٪ استرس شدید داشتند و در بعد محیط فیزیکی که شامل سر و صدا، رطوبت، گرد و غبار، گرما، سرما و نور زیاد، مواد سمی و بوهای ناخوشایند در محیط کار را شامل می‌شود، ۱۹/۳٪ دارای استرس متوسط و ۱۸/۸٪ دچار استرس شدید بودند.

جدول ۲. فراوانی نسبی استرس شغلی در رانندگان مطالعه شده

درصد فراوانی					استرس شغلی
جمع	شدید	متوسط	طبیعی	بدون استرس	
۱۰۰٪	۰	۲٪	۷۱/۸٪	۲۶/۲٪	بار کاری نقش
۱۰۰٪	۲۰/۸٪	۳۲/۵٪	۴۳/۷٪	۳٪	بی‌کفایتی نقش
۱۰۰٪	۶/۵	۲۷/۵٪	۶۱/۵٪	۴/۵٪	دوگانگی نقش
۱۰۰٪	۱۰/۷٪	۳۲/۵٪	۵۵/۸٪	۱٪	محدوده نقش
۱۰۰٪	۵٪	۵۹/۹٪	۲۳/۳٪	۱۶/۳٪	مسئولیت
۱۰۰٪	۱۸/۸٪	۱۹/۳٪	۲۴/۸٪	۳۷/۱٪	محیط فیزیکی

بحث و نتیجه‌گیری

در دنیای امروز نقش استرس‌های شغلی در ایجاد مشکلات، انواع بیماری‌ها و معلولیت‌های جسمی و روانی و هزینه‌های سرسام‌آور ناشی از آن بر کسی پوشیده نیست و در رابطه با آن مطالعات و پژوهش‌های زیادی به خصوص در قشرهای کارگر، پرستار، ماما، معلم و مدیر صورت گرفته است ولی به‌عنوان یکی از عوارض حرفه رانندگی به‌ویژه در ایران کمتر به آن توجه شده است.

در مورد مشخصات جمعیت‌شناختی نمونه‌های مورد مطالعه، که اکثریت نمونه‌ها از میزان درآمد خود راضی نبودند و یا حدود ۵۰٪ افراد تحصیلات زیر دیپلم داشتند، دیگر مطالعات انجام شده در این زمینه مانند عسگری و عباس نژاد (۱۳۸۵) عامل اقتصادی و سطح پایین درآمد را به‌عنوان اولین عامل تنش‌زای حرفه‌ای در پرستاران شهر گناباد

گزارش نموده است یا داسیلوا - جینیو و دی‌فینهو، دی‌ملو، دی‌براین و دی‌براین (۲۰۰۹) در مطالعه خود بر روی عوامل خطر در میزان افسردگی رانندگان برزیلی سطح تحصیلات پایین افراد مورد مطالعه را یکی از عوامل موثر گزارش نموده‌اند.

همچنین نتایج این مطالعه در پنج حیطه از حیطه‌های استرس شغلی میزان استرس شغلی را در محدوده متوسط تا شدید در حجم قابل توجهی نشان داد؛ به طوری که حتی تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از رانندگان مورد بررسی، در دو بُعد بی‌کفایتی نقش و بُعد مسئولیت بیش از ۵۰٪ افراد در محدوده متوسط و شدید استرس شغلی را نشان دادند که علی‌رغم آن که این یافته با نتایج مطالعات مشابه دیگران مانند اوریس و هارتمن، استراس، آندرسن، کولینز و همکاران (۱۹۹۷)، محمد فام و بهرامی، گل محمدی، فاطمی و محبوب (۱۳۸۸) و احتشامی (۱۳۷۰) و عبدی و شهبازی (۱۳۸۰) که بیشترین استرس شغلی را در حیطه محیط فیزیکی جامعه پرستاری گزارش نموده‌اند همخوانی دارد ولی ضرورت توجه به این معضل بهداشتی به عنوان زمینه ساز و تأثیر گذار بر سلامت رانندگی و جامعه به عنوان گیرندگان خدمات راننده‌ها را مسجل می‌سازد.

به همین دلیل با توجه به پیامدهای استرس شغلی در رانندگان وسایل نقلیه که زمینه بروز انواع مشکلات جسمی، روانی و رفتاری، همچنین حوادث ترافیکی، مرگ و میر و معلولیت و تحمیل هزینه‌های سنگین بر خانواده‌ها و اجتماع ممکن است به همراه داشته باشد، لازم است در زمینه استرس‌های شغلی این قشر از جامعه مطالعات بیشتری صورت گرفته تا از میزان بروز این مشکلات کاسته شود؛ به طوری که در مطالعات مختلف از جمله بنر، هیگستی، کراندال، بنسی علی و ال فلاسیل (۲۰۰۴)^۱ بحث پیگیری و کنترل حوادث ترافیکی مورد تأکید قرار داده و مروتی شریف‌آباد (۲۰۰۹)^۲ نیز با انجام مطالعه بر روی ۳۰۰ راننده یزدی با استفاده از الگوی اعتقاد سلامتی به این نکته مهم دست یافته‌اند که عادات غلط رانندگی از عوامل خطر محسوب شده و لازم است به منظور کاهش حوادث رانندگی آموزش‌های لازم به آنها داده شود.

پیشنهادها: با توجه به این که در اکثر مطالعات گزارش شده رانندگی به عنوان یکی از حرفه‌های پر استرس محسوب می‌شود و پیامدهای آن به صورت بیماری‌های جسمی - روانی و حتی در بسیاری از موارد تخلفات رانندگی و تصادفات بروز می‌کند و با توجه به نتایج این مطالعه که میزان استرس شغلی در رانندگان مطالعه شده در محدوده متوسط و

1. Bener, Haigney, Crundal, Bensiali & Al-Falasil, 2004

2. Morowati-Sharifabad, 2009

حتی در برخی حیطه‌ها شدید هم به دست آمد، پیشنهاد می‌شود که ضمن بررسی جامع‌تر در رانندگان دیگر سازمان‌ها و شهرها، عوامل موثر بر استرس شغلی نیز مطالعه شده و به دنبال آن راهکارها و تدابیر مناسب جهت کاهش عوارض آن مانند حوادث رانندگی صورت پذیرد؛ به خصوص برای رانندگانی که تخلفات بیشتری را مرتکب می‌شوند، آموزش مهارت کنترل استرس و اضطراب توصیه می‌شود.

پیشنهادهایی برای پژوهش‌های بعدی:

۱. بررسی عوامل استرس‌زای شغلی در رانندگان حرفه‌ای؛
۲. بررسی و مقایسه عوامل استرس‌زای شغلی در رانندگان حرفه‌ای در سازمان‌های مختلف؛
۳. بررسی و مقایسه استرس شغلی در رانندگان حرفه‌ای داخل شهری و برون شهری؛
۴. بررسی میزان مصرف مواد مخدر و دخانیات در رانندگان حرفه‌ای؛
۵. بررسی تأثیر استرس شغلی بر کیفیت زندگی رانندگان حرفه‌ای؛
۶. بررسی وضعیت سلامت جسمی و روانی رانندگان حرفه‌ای؛
۷. بررسی میزان واکنش‌های هیجانی (استرس، اضطراب و افسردگی) در رانندگان حرفه‌ای؛
۸. بررسی ارتباط کیفیت و کمیت خواب رانندگان با تخلفات رانندگی؛
۹. بررسی تأثیر حفظ حرمت، کرامت و عزت نفس رانندگان از سوی ماموران راهنمایی و رانندگی در کاهش تخلفات رانندگی؛
۱۰. بررسی تأثیر پوستره‌های تبلیغاتی راهنمایی و رانندگی در کاهش تخلفات رانندگی.

منابع

منابع فارسی:

- احتشامی، سهیلا (۱۳۷۰). بررسی عوامل استرس‌آور از دیدگاه پرستاران شاغل در بخش‌های عفونی بیمارستان‌های دولتی. تهران: دانشکده پرستاری و مامائی دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- اسپیو، اس. اچ. (۱۳۸۸). پرسشنامه استرس شغلی/اسپیو (اسفندیار آزاد مرز آبادی، مترجم). تهران: آزمون یار پویا (نشر اثر اصلی ۱۹۹۸).
- تقفی، عبدالله (۱۳۸۰). بررسی ارتباط سبک رهبری سرپرستاران با تنیدگی شغلی پرستاران شاغل در بیمارستان علوم پزشکی بقیه الله (عج). (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)، تهران.
- خاقانی زاده، مرتضی؛ عبادی، عباس؛ سیرتی نیر، مسعود؛ رحمانی، منظر (۱۳۸۷). پاییز. بررسی رابطه استرس شغلی و کیفیت زندگی پرستاران شاغل در بیمارستان‌های منتخب نیروهای مسلح. مجله طب نظامی، ۱۰ (۳)،

۱۷۵-۱۸۳. بازیابی از:

http://www.militarymedj.ir/browse.php?a_code=A-10-204-1&slc_lang=fa&sid=1

شریفیان، سیداکبر (۱۳۸۸، ۱۷ مرداد). توصیه‌های پزشکان به رانندگان، *هفته‌نامه سلامت*، شماره ۲۳۱، ۲۰. بازیابی از:

www.salamatiran.com/pdf/salamat/231_20.pdf

عبدی، هما؛ شهبازی، لیلی (۱۳۸۰). استرس شغلی در پرستاران شاغل در بخش مراقبتهای ویژه و ارتباط آن با فرسودگی شغلی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات پزشکی- درمانی شهید صدوقی بزد*، ۹ (۳)، ۶۴-۶۷. بازیابی از:

http://www.sid.ir/fa/VEWSSID/J_pdf/58913800305.pdf

عسگری، فریبا؛ عباس نژاد، عباسعلی (۱۳۸۵). بررسی عوامل تنش‌زای حرفه‌ای در جامعه پرستاری و مامائی شهر گناباد. *افق دانش، مجله دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی گناباد*، ۱۲ (۴)، ۱۲-۱۷.

قاسم زاده کاکرودی، فرزانه (۱۳۸۱). بررسی شیوه آرام‌سازی به شیوه تجسم هدایت‌شده بر تنیدگی ناشی از محیط کار پرستاران. *مجله پرستاری و جامعه*، ۱۱، ۶-۸.

محمدفام، ایرج؛ بهرامی، عبدالرحمن؛ گل محمدی، رستم؛ فاطمی، فرین؛ محبوب، حسین (۱۳۸۸). تابستان. ارتباط استرس شغلی و حوادث در یک شرکت خودروسازی. *بهبود. فصلنامه علمی و پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه*، ۱۳ (۲)، ۱۳۵-۱۴۵. بازیابی از

<http://jbehbood.hbi.ir/components4.php?rQV==wHQxAKOkIUZnFWdn5WYs9I28BEMApDdyFGdz9I28BU NyAkOkIEduVmchB3XmxHQ1ITNApDZJ1WZ0I2XmxHQyATNApDZJ52bpR3Yh9IZ>

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی (۱۳۸۳). *طرح پیشگیری از سوانح و حوادث پزشکی در ایران*. تهران: مرکز کنترل بیماری‌های معاونت سلامت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

منابع انگلیسی:

- Bener, A., Haigney, D., Crundal, D., Bensiali, A.K., & Al-Falasil, A.S. (2004). *Driving Behavior Stress error and violations on the road: A Cross cultural compression study* (3rd International Conference on Traffic & Transport Psychology, ICTTP , 5-9 September 2004), UK: Notingham.
- Berraho, M., Nejjari, C., ELrhazi, K., EL Fakri, S., Tessier, J.F., Ouedrago, N., ..., & Raiss, N. (2006, Sep). Measuring levels of professionally-related stress in taxi drivers in Fes, Morocco. *Sante Publique, 18*(3), 375-87.
- Concha-Barrientos, M., Nelson, D. I., Fingerhut, M., Driscoll, T., & Ligh, J. (2005). The global burden due to occupational injury. *American Journal of Industrial Medicine, 48*(6), 470-81. doi: 10.1002/ajim.20226
- Constant, A., Salmi, L. R., Lafont, S., Chiron, M., & Lagarde, E. (2009, July). Road casualties and changes in risky driving behavior in France between 2001 and 2004 among participants in the GAZEL cohort. *American Journal of Public Health, 99*(7), 1247-1253. doi: 10.2105/AJPH.2007.126474
- Cordeiro, R., & Dias, A. (2005). Stressful life events and occupational accidents. *Scand J Work Environ Health, 31*(5), 336-42. Retrieved from www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1627395
- da Silva-Junior, F. P., de Pinho, R. S., de Mello, M. T., de Bruin, V. M., & de Bruin, P. F. (2009). Risk factors for depression in truck drivers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 44*(2),

- 125-9. doi: 10.1007/s00127-008-0412-3
- de Figueroa, N. L., Garano, P., & Schidt, V. (2006, August). Work environment and train conductors , rest lessness: Impact on workers, health. *Vertea*, 17(68), 249 – 53.
- Goldenhar, K. (2003). Modeling relationships between job stressors and injury and near- miss outcomes for construction laborers. *Work & Stress*, 17(3), 218- 40. Retrieved from http://www.sid.ir/fa/VEWSSID/J_pdf/58913800305.pdf
- Leong, F. T. L. (2001, August). The role of acculturation in the career adjustment of Asian American workers: A test of Leong and Chou's (1994) formulations. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 7(3), 262-73. Retrieved from (<http://www.sciencedirect.com/science/article/B6WY7-46F70CW-6/2/30593451c1882a1e9c21262f21ee283a>)
- Levine, J. A., Pavlidis, I. T., MacBride, L., Zhu, Z., & Tsiamyrtzis, P. (2009). Description and clinical studies of a device for the instantaneous detection of office-place stress. *Work: A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*, 34(3), 359-64. doi: 10.3233/WOR-2009-0934
- Mesken, J., Lajunen, T., & Summanla, H. (2002, June). Interpersonal violations, speeding violations and their relation to accident involvement in Finland. *Ergonomics*, 45(7), 469-83. doi: 10.1080/00140130210129682
- Morowatisharifabad, M. A. (2009, October). The Health Belief variables as predictors of risky driving behaviors among commuters in Yazd, Iran. *Traffic Injury Prevention*, 10(5), 436-40. doi: 10.1080/15389580903081016
- Orris, P., Hartman, D. E., Strauss, P., Anderson R. J., Collins, J., Knopp, J., ... & Melius, J. (1997) Stress among package truck drivers. *American Journal of Industrial Medicine*, 31(2), 202-10. Doi: 10.1002/(SICI)1097-0274(199702)31:2<202::AID-AJIM10>3.0.CO;2-5
- Papadakaki, M., Kontogiannis, T., Tzamalouka, G., Darviri, C., & Chliaoutakis, J. (2008, November). Exploring the effects of lifestyle, sleep factors and driving behaviors on sleep-related road risk: a study of Greek drivers. *Accident Analysis & Prevention*, 40(6), 2029-2039. doi:10.1016/j.aap.2008.08.019
- Pflanz, S. E., & Oyle, A. D. (2006). Job stress, depression, work performance and perceptions of supervisors in military personnel. *Military Medicine*, 171(9), 861-5. Retrieved from <http://www.ingentaconnect.com/content/amsus/zmm/2006/00000171/00000009/art00020;jsessionid=dqgbn4r9ich38.alexandra>
- Promecene, P. A., & Monga, M. (2003, December). Occupational Stress among Obstetrician/gynecologists. *South Medical Journal*, 96(12), 1187-1189. Retrieved from http://journals.lww.com/smajournalonline/Fulltext/2003/12000/Occupational_Stress_among.6.aspx
- Seward, J. P. (2004). Occupational stress. In J. LaDou. (2004). *Current occupational & environmental medicine* (3rd ed.) (pp.603-614). New York: Lange Medical Books/McGraw-Hill.
- Tamrin, S. B. M., Yokoyama, K., Jalaludin, J., Abdul-Aziz, N., Jemoim, N, Nordin, R.,... Abdullah, M. (2007). The Association between Risk Factors and low Back Pain among Commercial Vehicle drivers in peninsular malaysia: A preliminary result. *Industrial Health*, 45(2), 268-278 doi:10.2486/indhealth.45.268.
- Tangri, R.P. (2003). *What stress costs*. Halifax: Chrysalis performance strategies inc.
- Tse, J. L. M., Flin, R., & Mearns, K. (2006, March). Bus driver well-being review: 50 years of research. *Transportation Research Part F: Traffic psychology and behaviour*, 9(2),89-114. doi:10.1016/j.trf.2005.10.002